मिट्टी-चिकित्सा

लेखक

डॉ० गंगाप्रसाद गौड़ 'नाहर', एन० डी०

प्रधानाचार्य एवं प्रधान चिकित्सक भारतीय
प्राकृतिक विद्यापीठ एवं चिकित्सालय
पो० बिष्णुपुर, २४ परगना
वेस्ट बंगाल

——:×:——

प्रकाशक

तेजकुमार बुकडिपो (प्रा०) लिमिटेड,
उत्तराधिकारी—नवल किशोर बुकडिपो, लखनऊ
१, त्रिलोकनाथ रोड, लखनऊ—१

मुरलीधर मिश्र द्वारा

तेजकुमार-प्रेस (प्रा०) लिमिटेड, लखनऊ में मुद्रित

प्रथम बार ६०००] १९७४ [मूल्य ~~१.०~~

विषय-सूची

साधारण मिट्टी के असाधारण गुण

साधारण मिट्टी, जिसको दुनिया वाले नित्य अपने पैरों से रौंदते रहते हैं, जिसे वे नगण्य और तुच्छाति-तुच्छ समझते हैं, वास्तव में हमारी स्नेहमयी माता है—जगत की माता है, और उसकी गुण-गरिमा एवं महिमा महानतम है। यदि केवल मिट्टी की गुण-गरिमा पर लेख लिखने लगा जाय तो पोथे के पोथे रँग जायँ, फिर भी मिट्टी के गुणों का वर्णन पूरा पूरा न हो सकेगा। संक्षेप में इतना ही जान लेना बस होगा कि आज यदि मिट्टी न होती तो यह संसार न होता, हम आप न होते, कुछ न होता। हम मिट्टी से बने हैं, हम जो पहनते हैं वह मिट्टी से बना है, हम जो खाते हैं, वह मिट्टी की उपज है, तथा सबका अंत भी मिट्टी के सिवा और क्या है ? यह सारा जगत जो दूर—बहुत दूर तक फैला है साधारण मिट्टी की बदौलत ही है। उसी की करामात है। जरा सोचिए, यदि भगवान की सृष्टि में से मिट्टी को निकाल दिया जाय तो क्या बचेगा ? कुछ नहीं न ? इसीलिये कहना पड़ता है कि मिट्टी की महिमा अपरम्पार है, और उसके गुण अवर्ण-नीय हैं।

छान्दोग्य उपनिषद्‌कार ने मिट्टी को, जो कि पञ्च तत्त्वों में पाँचवाँ और अन्तिम तत्त्व है, अन्य चार तत्त्वों—आकाश, वायु, अग्नि, तथा जल—का रस कहा है निचोड़ माना है ।

मिट्टी संसार की सब वस्तुओं को देनेवाली है, सब रोगों को दूर करने वाली है, सर्वोत्तम स्वास्थ्य प्रदान करने वाली है, सर्वोत्तम सौन्दर्य प्रदायक है, तथा लम्बी आयु देने वाली रसायन है ।

आज हम जो इतने दुखी हैं, रोगी हैं, तथा अभाव-ग्रस्त हैं, इनका मात्र कारण है मिट्टी के सम्पर्क का त्याग, उससे दूर-दूर रहना, तथा उससे घृणा करना । आज हम मिट्टी पर नंगे पाँवों चलना अपनी शान के खिलाफ समझते हैं, जबकि मिट्टी पर नंगे पाँवों चलने के एक-दो नहीं असंख्य लाभ हैं । आज हम मिट्टी के बने घरों में रहना अपनी हतक इज्जत समझते हैं, जबकि मिट्टी के घर अत्यन्त स्वास्थ्यवर्द्धक होते हैं । ऐसे घर गर्मी के दिनों में ठंढे और सर्दी के दिनों में गरम रहते हैं । आज हम मिट्टी के बर्तनों में खाना पकाने तथा उनमें खाना खाने में अपनी हेठी समझते हैं, जब कि मिट्टी के बर्तनों में खाना पकाना और खाना शत प्रतिशत स्वास्थ्यवर्द्धक है । ऐसा खाना गुणकारी

होने के साथ साथ अतीव स्वादिष्ट भी होता है। मिट्टी के बर्तनों में खाने-पीने की चीजें बिल्कुल ही खराब नहीं होतीं, जबकि धातुओं के बने बर्तनों में कुछ ही क्षणों और घंटों में वे चीजें केवल खराब ही नहीं होतीं, अपितु उनमें से अधिकांश जहरीली भी हो जाती हैं।

आज हम इस बात को भी मानने के लिए तय्यार नहीं हैं कि सब प्रकार का मैल साफ करने तथा दुर्गन्ध और सड़न मिटाने के लिए शुद्ध मिट्टी से बढ़कर संसार में और कोई वस्तु नहीं है। आज हम हाथ धोएँगे तो साबुन से, नहायँगे तो साबुन से, बाल मलेंगे तो साबुन से ही। इन कामों के लिए बेदाम की मिट्टी को छूने तक की जैसे हम कसम खाये बैठे हैं। काश हमें मालूम होता कि साबुन जिसे हम गंदगी को साफ करने का माध्यम अथवा साधन समझते हैं, स्वयं गंदगी या गंदी चीज है। वह भला गंदगी को क्या दूर करेगी। वह तो गंदगी को और बढ़ायेगी और रोग पैदा करेगी।

इस नई रोशनी के जमाने में बिरले ही होंगे जो स्नान करते वक्त साबुन का व्यवहार न कर शुद्ध निर्मल मिट्टी का व्यवहार करते हों; अथवा उस वक्त

साबुन के व्यवहार को स्वास्थ्य के लिए, विशेषकर त्वचा के स्वास्थ्य के लिए हानिकर समझते हों। परन्तु यह सही है कि साबुन से शरीर की चमड़ी को लाभ के बदले हानि ही अधिक पहुँचती है, और मिट्टी से साबुन का काम लेने से चमड़ी स्वच्छ, साफ, क़ोमल और कान्तिमय बनती है। साबुन लगानें वाले अच्छी तरह जानते हैं कि साबुन को पानी के योग से बदन पर मलने से उसके सूक्ष्म कण रोमकूपों में घुसकर वहीं सट जाते हैं, जिससे रोमकूप बन्द हो जाते हैं, जो उत्तम स्वास्थ्य के लिए खतरनाक होता है। क्योंकि इससे रोमकूपों का मल धुलने के बजाय रोम-कूप और भी मलपूरित हो जाते हैं, साथ ही साबुन रोमकूपों में प्रविष्ट होकर रक्तवाहिनी नलिकाओं को कमजोर तथा दोषयुक्त बना देता है और चमड़ी को शुष्क कर देता है।

सोडियम सिलिकेट, तेल, ओलेइक एसिड, स्टेरिक एसिड, नैप्था तथा रेजिन मुख्य मसाले हैं जिनके मेल से कथित बढ़िया से बढ़िया और घटिया से घटिया दोनों प्रकारके साबुन बनते हैं। परन्तु इनमें से तेल को छोड़कर अन्य सभी मसाले ऐसे होते हैं जो शरीर की त्वचा को शत प्रतिशत हानि पहुँचाते हैं, यहाँ तक कि यदि

इनका प्रयोग त्वचा पर देर तक किया जाय तो एकजीमा जैसा भयानक चर्म-रोग अवश्य हो जायँ।

शरीर के अलावा आजकल बालों को भी साबुन से ही धोने का रिवाज और फैशन चल पड़ा है, जिसका परिणाम यह है कि क्या जवान, क्या बूढ़े प्रायः सभी के बाल समय से पहले ही सफेद नजर आने लगे हैं, जिसकी वजह प्रतिदिन साबुन के अन्धाधुन्ध व्यवहार के कारण बालों की जड़ों का कमजोर हो जाना ही है। साबुन के व्यवहार से बाल बेतरह रुखड़े होकर झड़ने भी लगते हैं।

उपर्युक्त के विपरीत, साबुन के बदले शुद्ध, साफ और अच्छी मिट्टी का व्यवहार करने से त्वचा न केवल निर्मल और सुचिक्कण बनती है, अपितु वह कोमल, मुलायम और लचीली भी बन जाती है, साथ ही उससे समस्त शरीर को जो एक प्रकार की तरावट और ठंढक प्राप्त होती है वैसी ठंढक और तरावट अच्छे से अच्छे साबुन से भी हरगिज नहीं प्राप्त हो सकती। इसके विपरीत त्वचा पर मिट्टी के प्रयोग से मिट्टी की अद्भुत रोगनाशक शक्ति द्वारा मृत्युपर्यन्त चर्म सम्बन्धी कोई रोग भी नहीं होने पाता और यदि कोई रोग विद्यमान रहा तो वह धीरे

धीरे बड़े आश्चर्यजनक ढंग से जड़-मूल से दूर हो जाता है और फिर कभी नहीं होता।

मिट्टी के मल-नाशक, दुर्गन्ध-नाशक, तथा स्वास्थ्य-वर्द्धक गुण के और भी कितने ही दृष्टान्त दिये जा सकते हैं। हम अपने घरों को स्वच्छ व साफ रखने के लिए उन्हें मिट्टी से लीपते हैं। दुर्गन्ध की जगह पर मिट्टी डालकर उस दुर्गन्ध को मिटाते हैं। मुर्दे सड़कर दुर्गन्ध न फैलावें, इसलिये उन्हें मिट्टी में गाड़ देने की प्रथा है। लोग मैदान में पृथ्वी पर मल त्याग कर देते हैं, और पृथ्वी कुछ ही घंटों में उस मल का रंग रूप बदलकर सुन्दर, साफ और गन्धहीन एवं पवित्र मिट्टी में उसे बदल देती है।

मिट्टी में शरीर की केवल ऊपरी चमड़ी को साफ व शुद्ध बनाने की ही शक्ति नहीं होती, बल्कि शरीर की भीतरी गंदगी को भी साफ करने में मिट्टी सक्षम है। मिट्टी में शरीर में व्याप्त जहर तक को खींच लेने की अजीब ताकत होती है। एक दृष्टान्त लीजिए। बहुत दिनों की बात है, महात्मा गांधी के आश्रम की गोशाला में एक बार एक बछड़ी के शरीर में जूएँ पड़ गये। बछड़ी के रखवाले ने बिना गांधी जी को बताये

उन जूओं को दूर करने के लिए उस बछड़ी के शरीर

पर गलती से तम्बाकू का चूरा, राख व मिट्टी का तेल मिलाकर पोत दिया। नतीजा यह हुआ कि एक घंटे के भीतर ही उस बछड़ी के शरीर में तम्बाकू के चूरे व मिट्टी के तेल का जहर जो व्यापा तो वह बेहोश हो गयी और मरने लगी। तब बछड़ी का रखवाला दौड़ा दौड़ा गांधी जी के पास पहुँचा और बछड़ी के बारे में सब कुछ बताया। गांधी जी तुरंत बछड़ी के पास गये और बिना एक मिनट खोये बछड़ी के समूचे शरीर पर कीचड़ की तरह गीली मिट्टी का एक मोटा लेप लगाने का आदेश दिया। आज्ञा का पालन किया गया और १-१ घंटे पर तीन बार मिट्टी का लेप लगाया गया। तीसरी बार के अंत में आश्रमवासियों ने आश्चर्यचकित होकर देखा कि बछड़ी ने आँखें खोल दीं, कान हिलाने लगी, और खड़ी भी हो गयी। तुरंत गांधी जी को यह खुशखबरी सुनाई गयी। वह बोले 'यह बेदाम की मिट्टी की करामात है'।

मिट्टी में सर्दी व गर्मी—दोनों को रोक रखने की शक्ति होती है। यही कारण है कि योगी लोग अपने नंगे शरीर पर मिट्टी की धूल लगाते हैं जिससे कड़ी से कड़ी धूप और कड़ाके के जाड़े से उनके शरीर की बड़ी आसानी से रक्षा होती रहती है।

गंदे जल को निर्मल करने की अद्‌भुत शक्ति मिट्टी में होती है। कूपों, नदियों, तालाबों और सोतों का जल इसी कारण सदैव निर्मल रहता है चाहे कितना भी मल उनमें रोज डाला जाय।

मिट्टी में जगत की सभी वस्तुओं का एक साथ रासायनिक सम्मिश्रण सबसे अधिक विद्यमान होता है जबकि किसी एक दवा या कई दवाओं के मिक्सचर में उतना रासायनिक सम्मिश्रण कभी सम्भव नहीं हो सकता। इसीलिये मिट्टी से बने मानव-शरीर के रोगाक्रान्त होने पर मिट्टी रूपी रसायन द्वारा उसे फिर से स्वस्थ किया जाना सम्भव होता है।

मिट्टी में एक प्रकार की विलक्षण विद्युत्शक्ति होती है और नंगे पैर चलने वालों के शरीरों में ताजगी और जीवन-शक्ति का संचार करती है ठीक उसी प्रकार जिस प्रकार वह एक वृक्ष में जीवन-शक्ति भरती है जो उसे स्थायी रूप से पृथ्वी पर स्थिर रखती है। जिस प्रकार एक वृक्ष पृथ्वी से अलग होकर अपनी सत्ता खो देता है और नष्ट हो जाता है, उसी तरह मानव भी पृथ्वी से अपना सम्बन्ध विच्छेद करके सुखशान्ति का अधिकारी नहीं हो सकता और शीघ्र मर जा सकता है। मछली जल का

जीव है। वह जल से अपना घनिष्ट सम्पर्क बनाये रखकर ही स्वस्थ रह सकती है और जी सकती है। पक्षी वायु का जीव है, वह अपना सम्पर्क वायु से बनाये रखकर ही जीवन का आनन्द ले सकता है। इसी तरह आदमी पृथ्वी का जीव है। वह पृथ्वी पर चलता है व रहता है। इसलिये यदि वह पृथ्वी यानी मिट्टी से अपना गहरा सम्बन्ध जीवनपर्यन्त नहीं बनाये रहेगा—उससे नफरत करेगा, अथवा उसके गुणों से लाभ नहीं उठायेगा तो वह संसार में कभी चैन से नहीं रह सकेगा और जल्दी ही उसे संसार को छोड़ देना पड़ेगा।

मिट्टी में विदीर्ण करने तथा घुला देने की विचित्र शक्ति होती है। बड़े से बड़े और खराब से खराब फोड़े पर जब गीली मिट्टी का प्रयोग किया जाता है तो वह अपनी इसी शक्ति द्वारा अन्दर ही अन्दर घुलाकर विदीर्ण (फोड़) करती है और उसे घुले पीबरूपी जहर को निकाल कर उस फोड़े का नाम व निशान मिटाकर ही दम लेती है।

श्रुति में मिट्टी को अन्न भी कहा है। क्योंकि मिट्टी में ही पृथ्वी पर रहने वाले सभी प्राणियों के जीवन-

निर्वाह के लिए भिन्न-भिन्न प्रकार के खाद्य पदार्थों को

उनमें भिन्न-भिन्न रसों, स्वादों, गंधों, एवं रंगों के साथ उत्पन्न करने की शक्ति होती है।

कहाँ तक गिनाये जायँ, बस यही समझ लीजिए कि साधारण मिट्टी में साधारण नहीं, असाधारण गुण ही गुण होते हैं और अवगुण एक भी नहीं होता। ब्रह्म-वैवर्त पुराण में उल्लेख है:—

'सर्वाधारे सर्वबीजे सर्वशक्तिसमन्विते।
सर्वकामप्रदे देवि सर्वेष्टं देहि मे धरे॥'

अर्थात् हे पृथ्वी देवी! तुम सर्वाधारमयी हो, सर्व बीजमयी हो, सर्व शक्ति सम्पन्न हो, सर्व काम प्रदायिनी हो, प्रकाशमयी हो, हमारे सम्पूर्ण मनोरथों को सिद्ध करो।

मिट्टी के भेद एवं प्रयोग-विधियाँ

स्थान-भेद, गुण-भेद, तथा रंग-भेदानुसार चिकित्सा में प्रयोग आने वाली मिट्टी के कई प्रकार होते हैं। उनमें से विशेष-विशेष प्रकार की मिट्टी का परिचय आदि नीचे दिया जाता है :—

काली मिट्टी—खेतों में पायी जाने वाली मिट्टी जो चिकनी और काली होती है, वह अधिक उपयोगी होती है। यह मिट्टी शीतल, विषघ्न, शोथहर, एवं

पीड़ा को नष्ट करती है। रक्तविकार, दाह, क्षत; मूत्रकृच्छ्र, उदरशूल, जहरीले फोड़े और खुजली में विशेष लाभदायक है। यह मधुमक्षिका, ततैया और मकड़ी आदि विषैले जन्तुओं के विष का शोषण बहुत जल्दी करती है। खुले हुए रोगों में यही मिट्टी अधिक लाभकारी होती है। काली मिट्टी बालों की रक्षा करने और उनको साफ और स्वच्छ रखने में अद्वितीय होती है।

पीली और सफेद मिट्टी—नदियों और तालाबों के किनारे जो मिट्टी पायी जाती है वह पीली और सफेद होती है। लाभ की दृष्टि से रोगों के प्रयोग में इस मिट्टी का दूसरा नम्बर है। भीतरी सूजन में यह मिट्टी अधिक लाभ पहुँचाती है।

लाल मिट्टी—पहाड़ी जगहों की मिट्टी अक्सर लाल रंग की होती है। इस मिट्टी को चिकित्सा के काम में लाने के पहले कूट-पीसकर कपड़छान कर लेना चाहिए।

मुलतानी मिट्टी—शरीर के भीतर व्याप्त जहर को खींच कर ऊपर लाने में यह मिट्टी अति लाभप्रद है। यह रक्त की बढ़ी हुई गर्मी को शान्त करती है। ज्वर में इस मिट्टी का प्रयोग अधिक लाभप्रद है। इस मिट्टी को

स्त्रियाँ उबटन की तरह शरीर पर मलती हैं जिससे उनकी त्वचा सुन्दर और कान्तिमय हो जाती है।

खड़िया मिट्टी—दाह, रक्तविकार, विषप्रकोप, शोथ तथा कफवृद्धि और नेत्र-विकारों में यह मिट्टी उपकारी होती है। इस मिट्टी का मंजन करने से दाँत स्वच्छ होते हैं।

सज्जी मिट्टी—इससे कपड़ा खूब साफ होता है, साथ ही यह मिट्टी हड़फूटन-रोग में भी प्रयुक्त होती है।

बलुई मिट्टी—इस किस्म की मिट्टी में पानी को अधिक देर तक सोख रखने की विलक्षण शक्ति होती है। इसी से रोगों के उपचार में इस मिट्टी का अधिक महत्त्व है।

गोपीचन्दन—यह भी सफेद मिट्टी का एक विशेष प्रकार है। कसीस के विष को दूर करने तथा काँच का चूर्ण खा लेने पर इस मिट्टी को पीसकर मट्ठे के साथ पिलाया जाता है। मुँह के छालों में या विष-स्पर्श से त्वचा पर छाले पड़ने पर इस मिट्टी को घिस कर लगाने से लाभ होता है।

सोना गेरू—यह बालकों के उदर रोगों में उपयोगी होता है। यदि बालक का उदर मिट्टी खाने से बढ़ गया हो तो सोना गेरू को घी में सेंक कर और शहद

मिलाकर खिलाने से खायी हुई पेट की मिट्टी निकल जाती है। भुने हुए सोना गेरू के चूर्ण को शहद के साथ खाने से हिचकी शान्त हो जाती है।

बालू—बालू, मिट्टी का ही एक प्रकार है। यह भी रोगों, विशेष कर कब्ज में लाभ के साथ प्रयुक्त होता है। कठिन से कठिन कब्ज क्यों न हो, यदि भोजन करने के बाद एक चुटकी महीन समुद्री बालू दिन में २-३ बार फाँक ली जाय तो दूसरे ही दिन पेट की आँतें ढीली पड़ जायँगी और मल आसानी से निकलने लगेगा और कुछ ही दिनों में कब्ज दूर हो जायगा। बालू में संक्रामक विष को मारने की भी असाधारण शक्ति होती है।

गीली मिट्टी की उष्णकर पट्टी बनाना व लगाना

रोगोपचार के लिए मिट्टी की पट्टी बनाने के लिए काली, पीली, लाल, तथा सफेद—किसी रंग की मिट्टी ली जा सकती है। पर मिट्टी शुद्ध जगह की होनी चाहिए, साफ-सुथरी होनी चाहिए और कंकड़ विहीन होनी चाहिए। किसी खेत की मिट्टी यदि ली जाय तो सर्वप्रथम खेत की जमीन में एक फुट गड्ढा खोदकर साफ मिट्टी निकालनी चाहिए। नदी-तालाब के किनारे

की मिट्टी अधिक उपयोगी होती है। इसी प्रकार जिस मिट्टी में बालू मिली होती है वह ज्यादा काम की होती है। वस्तुतः उपचार के लिए आधी चिकनी मिट्टी और आधी महीन बालू का—मिश्रण सर्वोत्तम समझा जाता है। चिकनी मिट्टी यदि काली हो तो और उत्तम। क्योंकि काली मिट्टी में कुछ विशेष गुण होते हैं जिससे वह उपचार के लिए अच्छी मानी गयी है। वह विशेष गुण यह है कि मिट्टी का रंग काला होने के कारण उसमें पाँचों तत्त्वों—आकाश, वायु, अग्नि, जल और मिट्टी, के गुणों के स्थित रहने की सुविधा रहती है। काली मिट्टी में होने वाली वनस्पतियाँ इसी से स्वास्थ्यवर्द्धक और गुणकारी होती है। काली मिट्टी में रोग को शमन करने की शक्ति अधिक होती है।

उपचार के लिए मिट्टी एकत्र करके कुछ दिनों तक उसे ऐसे स्थान पर रख छोड़ना चाहिए जहाँ तेज धूप दिन में और चाँदनी रात में उस पर पड़ती रहे। उसके बाद उसे उपचार के काम में लाना चाहिए। धूप और चाँदनी के सम्पर्क में आकर मिट्टी पूर्ण विशुद्ध तो हो ही जाती है, साथ ही उसके गुण और कार्यक्षमता में भी असाधारण वृद्धि हो जाती है। वैसे कोई भी शुद्ध मिट्टी बिना उसे धूप व चाँदनी में रखे उपयोग में

लायी जा सकती है और उससे लाभ प्राप्त किया जा सकता है।

गीली मिट्टी की पट्टी बनाने के पहले जितनी मिट्टी की जरूरत हो उतनी सूखी मिट्टी लेकर उसमें का कंकड़-पत्थर बीन-बरा लेना चाहिए। फिर उसे कूट-पीसकर महीन कर लेना चाहिए। तत्पश्चात् उसे चलनी से छानकर जो कूड़ा-कर्कट निकले उसे फेंक देना चाहिए और महीन छनी हुई मिट्टी को किसी साफ मिट्टी या तामचीन के बर्तन में रखना चाहिए उसके बाद थोड़ा-थोड़ा साफ-शुद्ध ठंढा जल डाल-डाल कर उसे गीला करना चाहिए। जल जो इस काम में लाया जाय यदि बरसात का, अथवा यथा सम्भव नदी, तालाब, कुएँ या—मिट्टी के घड़े में रखा हुआ हो तो अति उत्तम, अन्यथा कोई भी शुद्ध साफ परन्तु ताजा और ठंढा जल मिट्टी को गीली करने के काम में लाना चाहिए।

मिट्टी में पानी डालकर उसे गीली करते वक्त गीली मिट्टी में हाथ नहीं लगाना चाहिए, बल्कि हाथ लगाने के बजाय उसे लकड़ी या लोहे की करनी, कलछी आदि से चलाकर मिट्टी को गीली करना चाहिए। मिट्टी को गीली करने वाले के हाथ गंदे न

हों। हाथ गंदे न हों तो भी उन्हें शुद्ध जल से धो लेना चाहिए। ऐसा न करने से उस व्यक्ति के हाथों में लगी सूक्ष्म गंदगी मिट्टी में सम्मिलित होकर उसके प्रभाव को दुर्बल कर सकती है।

मिट्टी को गीली करते वक्त इस बात का ध्यान रखना चाहिए कि मिट्टी में इतना जल न डाल दिया जाय कि वह बहने लगे, और न उसे इतना कठोर ही रखा जाय कि उसमें अँगुली न धँस सके। बल्कि उसे गुँधे हुए आटे से थोड़ा नरम रखना चाहिए। मिट्टी को गीली करने के लिए साधारणतः मिट्टी के वजन से आधे वजन का जल काफी होता है।

जब गीली मिट्टी पट्टी के लिए तय्यार हो जाय तो उसे आवश्यकतानुसार लम्बे-चौड़े साफ कपड़े पर एक अंगुल या आधा इंच मोटी फैला देना चाहिए और उसे धीरे से उठाकर जिस स्थान पर पट्टी लगानी हो उस स्थान पर मिट्टी की तरफ से रख देना चाहिए और हाथ से दबाकर चिपका देना चाहिए। तत्पश्चात् उस पूरे स्थान को मिट्टी की पट्टी सहित किसी अन्य सूखे ऊनी कपड़े या फलालैन से पूरा-पूरा ढँककर बाँध देना चाहिए। यही गीली मिट्टी की उष्णकर पट्टी है।

गीली मिट्टी की उष्णकर पट्टी सदैव खाली पेट लेनी चाहिए, भोजन के २ घंटे पहले या ३ घंटे बाद। भोजन के पचने के पहले शरीर के भीतरी अवयव भोजन को पचाने में संलग्न होते हैं। उस समय मिट्टी की पट्टी का कार्य ठीक ढंग से सम्पन्न नहीं हो सकता। पर भोजन के पच जाने पर खाली पेट पट्टी लगाने से पट्टी का पूरा-पूरा प्रभाव शरीर को मिलता है जिससे रोग का शमन जल्दी होता है। पेट व पेड़ू पर पट्टी देते समय सदा ही इस बात का ख्याल रखना चाहिए। भोजन करने के तुरन्त बाद, अर्थात् भोजन पचने के समय पट्टी लगा लेने से एक तो भोजन के पाचन में बाधा पड़ती है, दूसरे रक्त-सञ्चालन शरीर के सूक्ष्म कोषाणुओं तक ठीक से न होने से मिट्टी की रोग-निवारण क्षमता एवं शक्ति का पूरा-पूरा लाभ शरीर को नहीं मिल पाता।

पेट और पेड़ के अलावा यदि अन्य अंगों पर भी खाली पेट ही मिट्टी की पट्टी ली जायगी तो लाभ अच्छा होगा।

गीली मिट्टी की उष्णकर पट्टी के लगाने के बाद वह गर्म होने लगती है, और उस स्थान की ही नहीं, जहाँ पर वह लगाई जाती है, बल्कि समूचे शरीर की

गर्मी और रोग के जहर को खींचने लगती है। इस पट्टी को २० मिनट से एक घंटे तक लगाए रखना चाहिए।

पेड़ू पर पट्टी लगाने के लिए इस पट्टी को प्रजननाङ्ग से ऊपर नाभि के २ अंगुल ऊपर तक तथा दायें-बाएँ एक कोख से दूसरी कोख तक लगाना चाहिए। यह पट्टी बड़ी आँत की स्नायुओं में ताजगी और सक्रियता लाकर उसमें स्थित पुराने मल को ढीला करती है, और ढीला करके उसे बाहर निकाल देती है।

गीली मिट्टी की ठंढी पट्टी

शरीर के किसी स्थान पर गीली मिट्टी की पट्टी लगाने के बाद जब उसे सूखे ऊनी कपड़े से या फलालैन के टुकड़े से ढँका नहीं जाता तब उसे गीली मिट्टी की ठंढी पट्टी लगाना कहते हैं। शरीर के किसी स्थान की गरमी को शान्त करने तथा उसे ठंढक पहुँचाने की गरज से इस प्रकार की पट्टी का व्यवहार किया जाता है। तेज सिरदर्द, नकसीर, ज्वर, रक्त-स्राव, फोड़ा-फुन्सी, जलन तथा हर प्रकार के दर्द में इसी पट्टी का प्रयोग किया जाता है। शरीर

या उसके किसी अंगविशेष में प्रदाह अधिक हो जाने

की हालत में मिट्टी की ठंढी पट्टी उसके गरम हो जाने पर बार बार बदलते रहना चाहिए। ऐसा करने से शरीर की त्वचा भीतर गहराई तक ठंढी हो जाती है और तकलीफ दूर हो जाती है। पर ज्वर की दशा में उस समय गीली मिट्टी की ठंढी पट्टी का व्यवहार भूले से भी नहीं करना चाहिए जब शरीर में कँपकपी हो ठंढ लगे। ज्वर में शरीर की गरम दशा तथा बेचैनी में गीली मिट्टी का पेड़ू पर प्रयोग जादू का असर करता है।

गरम मिट्टी की पट्टी

गरम पानी में गीली मिट्टी को उबालकर या गरम पानी में मिट्टी को सान कर जब उसकी गरम-गरम पट्टी लगाई जाती है, तब उसे गरम मिट्टी की पट्टी लगाना कहा जाता है। यह पट्टी शरीर में बुरी तरह से चिपके विजातीय द्रव्य को ढीला व पतला करके बाहर निकाल देती है। अतिसार, पेचिश, पेट में ऐंठन, गठिया-वात आदि में इस प्रकार की मिट्टी की पट्टी लाभ के साथ दी जा सकती है। बेंत लगे घाव, मोच तथा स्त्रियों के गर्भाशय सम्बन्धी कुछ रोगों में गरम मिट्टी की पट्टी बड़ी उपकारी होती है। परन्तु गर्भ

गिरने की आशंका के समय गरम पट्टी का प्रयोग हरगिज नहीं करना चाहिए।

गीली मिट्टी की उष्णकर पट्टी की भाँति इस गरम मिट्टी को पट्टी को लगाने के बाद ऊपर से ऊनी कपड़ा या फलालैन का टुकड़ा बाँधना जरूरी है।

गीली मिट्टी की उष्णकर पट्टी वा ठंढी पट्टी लगाकर उसे हटाने के बाद उस स्थान को भीगे वस्त्र से पोंछ कर और हथेली से रगड़ कर गरम कर देना चाहिए। इससे रक्त संचार यथावत होने लगेगा।

पिसी सूखी मिट्टी की मालिश

शुद्ध व साफ मिट्टी के ढेलों को लेकर उन्हें पीस कर कपड़-छान करलें और उसे समूचे बदन पर मलें। तत्पश्चात् १०-२० मिनट तक धूप में बैठें। उसके बाद शरीर को ठंढे पानी से मल-मल कर स्नान कर डालें। यही पिसी सूखी मिट्टी की मालिश है। इस मालिश से सारे त्वचा के रोगों में लाभ होता है, त्वचा कोमल व लचीली बन जाती है और उसके सारे रोमकूप खुल जाते हैं जिससे शरीर की गंदगी पसीने के रूप में पूरी की पूरी बहिर्गत होने लगती है और थोड़े ही दिनों में वह निर्मल हो जाता है। बरसाती फोड़े-फुंसियों की यह एक ही दवा है।

कीचड़-मालिश

उपर्युक्त वर्णित कपड़छान की हुई महीन सूखी मिट्टी को जब पानी के साथ घोलकर और उसे कीचड़ का रूप देकर शरीर पर मलते हैं तो उसे कीचड़ मालिश कहते हैं। इससे बहनेवाले फोड़े-फुन्सी जल्दी अच्छे हो जाते हैं। कीचड़-मालिश के बाद भी थोड़ी देर तक धूप-सेवन करना जरूरी है। उसके बाद ही ठंढे पानी से स्नान कर लेना चाहिए।

कीचड़-मालिश या कीचड़-स्नान का एक दूसरा तरीका यह भी है कि आदमी के कद के बराबर या केवल छाती तक गहरा एक गड्ढा खोद देते हैं और उसको कीचड़ से भर देते हैं। तत्पश्चात् रोगी को नंगा करके उसमें धँसा देते हैं। मजबूत रोगियों को आधे से एक घंटे तक और कमजोर रोगियों को ५ से १५ मिनट तक रोज उस गड्ढे में रखते हैं। एक-मास तक इस तरह करने से गठिया, चर्मरोग, सिर-दर्द, कमर-दर्द, कब्ज, सूजन तथा साँप आदि विषैले जन्तुओं के विष अवश्य दूर हो जाते हैं।

मुफ्त की मिट्टी से रोगों का इलाज

संसार-प्रसिद्ध प्राकृतिक चिकित्सक डाक्टर

एडोल्फ जुस्ट ने एक जगह लिखा है कि एक बार

जब ईसामसीह कहीं जा रहे थे तो उन्होंने रास्ते में एक आदमी को देखा जो जन्म से अंधा था। जब उन्हें उसके अंधापन के बारे में ज्ञात हुआ तो उन्होंने जमीन पर थूक कर उसके साथ मिट्टी सानी और अंधे की आँखों पर लगा दिया, और कहा 'सैलम, तालाब पर जा और अपनी आँखें धो।' यह सुनकर वह तालाब पर गया, आँखें धोईं, और देखता हुआ वापस लौटा।

डाक्टर जुस्ट ने आगे लिखा है—'धरती में जो आश्चर्यकारी रोगनाशक गुण हैं, उनके कारण ही साधारण मिट्टी को भी रोगनाशक विशेष गुण प्राप्त हो गया। मिट्टी के प्रयोग से कितने ही रोग इस प्रकार दूर हो जाते हैं जैसे उन पर जादू कर दिया गया हो।'

महात्मा गांधी मिट्टी के परमभक्त और रोगों में उसके प्रयोगकर्ता जीवन भर रहे। उनके द्वारा किये गये प्राकृतिक चिकित्सा के विविध प्रयोगों में मिट्टी के प्रयोग विशेष महत्त्वपूर्ण हैं। मिट्टी का प्रयोग उन्होंने सर्वप्रथम अफ्रीका के जोहानिसवर्ग में सन् १९०५ ई० में अपने ही ऊपर किया था। उन्होंने

खुद लिखा है—'पहले मुझे खास तकलीफ कब्जियत

की रहती थी, जिसके लिए समय-समय पर फ्रूट साल्ट लेता था। एक दिन मैंने एक बारीक कपड़े में पुल्टिस की तरह गीली मिट्टी को लपेटकर सारी रात अपने पेड़ू पर रखी। दूसरे दिन सबेरे जो उठा तो दस्त की हाजत लिए हुए। पाखाना गया तो पाखाना करने बैठते ही बँधा हुआ, खुलासा और संतोषजनक दस्त हुआ। यह कहा जा सकता है कि उस दिन से लेकर आज तक 'फ़्रूटसाल्ट' को मैंने शायद ही कभी छुआ हो।'

'मेरा अनुभव है कि सिर में दर्द होता हो तो मिट्टी की पट्टी सिर पर रखने से बहुत फायदा होता है। इस प्रयोग को मैंने सैकड़ों बार किया है।'

'साधारण फोड़े-फुन्सियों को भी मिट्टी मिटाती है। मैंने तो बहते फोड़ों पर भी मिट्टी रखी है। जिन रोगों पर मैंने मिट्टी के प्रयोग किये हैं उनमें एक भी केस निष्फल रहा हो, ऐसा मुझे याद नहीं आता। बर्रं वगैरा के डंक पर मिट्टी तुरंत फायदा करती है।'

'बिच्छू के डंक पर भी मैंने मिट्टी का खूब प्रयोग किया है। सेवाग्राम में बिच्छू का उपद्रव आये दिन की बात हो गयी है। बिच्छू के जितने इलाजों का

पता लगा है सेवाग्राम में उन सब को आजमा कर देखा है। मगर उनमें से किसी को भी अचूक नहीं कहा जा सकता। मिट्टी उनमें किसी से भी कम फायदेमंद साबित नहीं हुई।'

'सख्त बुखार में मिट्टी का उपयोग पेड़ू पर करने के लिए, और सिर में दर्द हो तो सिर पर करने के लिए मैंने किया है। मैं यह नहीं कह सकता कि इससे हमेशा बुखार उतरा है, मगर रोगी को उससे शान्ति जरूर मिली है। टाइफायड में मैंने मिट्टी का खूब प्रयोग किया है। यह बुखार तो अपनी मुद्दत लेकर ही जाता है, मगर मिट्टी से रोगी को हमेशा शान्ति मिली है। सब रोगी खुद मिट्टी माँगते हैं। सेवाग्राम में टाइफायड के दसेक केस हो चुके हैं। उनमें से एक भी केस नहीं बिगड़ा। सेवाग्राम में अब टाइफायड से लोग मरते नहीं हैं। मैं कह सकता हूँ कि एक भी 'केस' में मैंने दवा का उपयोग नहीं किया। मिट्टी के सिवा दूसरे प्राकृतिक उपचारों का प्रयोग जरूर किया।'

सन् १९०१ से अपने जीवन के अंत तक, लगभग आधी शताब्दी पर्यन्त महात्माजी प्राकृतिक चिकित्सा

के विविध प्रयोग अपने शरीर तथा अपने आश्रमवासियों

के शरीरों पर करते रहे। उन प्रयोगों में मिट्टी के प्रयोग की विशेषता और अधिकता रहती थी।

दोपहर के भोजन से निवृत्त होकर महात्माजी समाचार पत्रावलोकन करते, तदुपरान्त कुछ विश्राम करके उठने पर कुछ अन्य कार्य करते थे, फिर वह पेट तथा सिर आदि पर मिट्टी की पट्टी रखवाते थे। अत्यधिक गर्मी, थकावट और सिरदर्द के कारण वह रात में सोते समय भी कभी-कभी ऐसा करते थे। कब्ज और सिरदर्द आदि के अतिरिक्त अपने रक्त-चाप के कष्ट को ठीक करने के लिए भी वह मिट्टी का प्रयोग करते थे। मिट्टी की पट्टी रखवाने का उनका क्रम साधारणतः लगभग तीन बजे दिन को आरम्भ होता था। खेत की चिकनी लाल या काली मिट्टी की पट्टी उनको बाँधी जाती थी।

एक बार महात्माजी की दाढ़ी पर मस्सा निकल आया तो उस पर भी उन्होंने मिट्टी बाँधी। इसी प्रकार एक बार खाते समय चील्ह झपटी और उनका अँगूठा लहूलोहान हो गया। उस समय भी उन्होंने उस पर मिट्टी ही बाँधी। उनका कहना था कि हमारे शरीर का अधिक भाग मिट्टी से बना है, इसलिये उस पर मिट्टी का प्रभाव होना कोई नई बात नहीं है।

मिट्टी को महात्माजी इस दृष्टि से संसार की एक अनुपम और अमूल्य वस्तु मानते थे।

आश्रम में महात्माजी के मिट्टी के प्रयोगों को देखकर विदेशी अतिथि प्रायः आश्चर्य में डूब जाते थे। एक बार जापान के प्रसिद्ध राजकवि श्री योन नागुची नागपुर से बम्बई जाते हुए बर्धा में रुके। वहाँ उन दिनों महात्माजी अस्वस्थ थे। उनकी मालिश हो रही थी और सिर पर उनके खद्दर में लिपटी गीली मिट्टी धरी हुई थी, जिसे देखते ही श्री नागुची ने पूछा—'यह क्या है?' महात्माजी बोले—'यह गीली मिट्टी है जो कि मेरे चिकित्सकों के कथनानुसार मुझ जैसे रक्तचाप वालों के लिए फायदेमन्द है।' और फिर वह कुछ व्यंग्य तथा कुछ दार्शनिकता से युक्त मुसकान के साथ कवि से बोले—'मैं हिन्दुस्तान की मिट्टी से पैदा हुआ हूँ और यही हिन्दुस्तान की मिट्टी मेरे सिर का ताज है।' इसी प्रकार एक बार जब गरमी के दिनों में सिर पर मिट्टी की पट्टी रखे महात्माजी लेटे हुये थे तब एक अमेरिकन सज्जन उनका फोटो लेने पर उतारू हो गये। तब महात्माजी उन सज्जन से हँस कर बोले—'मेरे सिर की पट्टी फोटो में देखकर जब

लोग आप से पूछेंगे—अरे, गांधी का सिर कैसे फूट

गया जो उस पर पट्टी बँधी है, तब आप क्या जवाब देंगे ?'

इसी तरह अनुभव और प्रयोगों से जाना गया है कि दुनिया में शायद ही कोई रोग ऐसा हो जिसका सफल उपचार मुफ्त की मिट्टी द्वारा न हो सके। परन्तु यह मानव-स्वभाव की कमजोरी है कि जिस वस्तु को प्राप्त करने में जितना ही अधिक व्यय, परिश्रम, दौड़-धूप तथा कठिनाइयाँ होती हैं, हम उसे उतना ही महत्त्व देते हैं। डाक्टरों की लम्बी फीस और दवाखानों की मँहगी दवाओं के बीच हम प्रकृति के इस दान, बेदाम की मिट्टी की महत्ता भूल गये हैं। इसे हमारा अभाग्य ही कहा जायगा।

वस्तुत, मिट्टी के प्रयोग से सभी प्रकार के घाव और उसकी भयानक सूजन वा पीड़ा, उनकी वजह से होने वाला ज्वर, तथा समस्त प्रकार के अन्य चर्म रोग अति शीघ्र अच्छे हो जाते हैं। खुले घावों पर गीली मिट्टी का प्रयोग करते वक्त इस बात की आशंका एवं भय करना कि ऐसा करने से मिट्टी घाव को अच्छा करने के बजाय उसे 'सेप्टिक' कर देगी, निर्मूल है। इस प्रकार की व्यर्थ आशंका व भय वे ही लोग करते हैं जो मिट्टी के रोगनाशक गुणों से अनभिज्ञ होते हैं

या जिन्हें रोगों में मिट्टी के प्रयोग का अनुभव नही होता। सच तो यह है कि साधारण मिट्टी प्रकृति की एक ऐसी अलभ्य देन है जिसके सद्‌गुणों की कल्पना भी उसे रोगों में बिना प्रयोग करके अपनी आँखों से देखे कोई नहीं कर सकता।

आजकल चिकित्सा के नाम से जितने प्रकार की चीड़-फाड़, काटा-पीटी चल रही है, वह बहुत हद तक हटायी जा सकती हैं, और इस प्रकार अधिकांश वे कार्य जिन्हें आपरेशन के बिना लोग असम्भव समझते हैं, मिट्टी के उपचारों द्वारा निश्चयपूर्वक सम्भव किये जा सकते हैं, जिसके परिणाम स्वरूप अगणित प्रकार के कष्ट, बुराइयाँ, तथा अर्थ-व्यय जो आपरेशनों में उठाने पड़ते हैं, उनसे बचा जा सकता है।

लड़ाई-झगड़े व मारपीट के समय मिट्टी के उपचार बड़े महत्त्व के सिद्ध होते हैं। हर प्रकार का कटा-भोंका जख्म, गोली का घाव, आग से जला जख्म, जहरीले जानवरों, जैसे कुत्ता, साँप, बिच्छू आदि का दशन, रक्त-विकार, रसौली, कोढ़, आदि सब केवल मिट्टी के प्रयोग से मन्त्रवत् ठीक हो जाते हैं।

जो रोग शरीर के कोष-कोष में व्याप्त होते हैं,

जैसे, ज्वर, खुजली, हैजा, मोतीझरा, चेचक, मलेरिया

आदि, उनमें मिट्टी के विधिवत् प्रयोग से असाधारण लाभ होता है।

हर प्रकार का भीतरी व बाहरी शोथ, फेफड़ों के समस्त रोग, दमा, सीने का दर्द, उरस्तोय, आदि, अजीर्ण, कोष्ठबद्धता, जलोदर, संग्रहणी, यकृत दोष, गुर्दों की खराबी आदि पेट के रोग सब मिट्टी के इलाज से बहुत जल्द छूमंतर हो जाते हैं।

स्त्रियों के मासिक धर्म की रुकावट में, प्रदर आदि योनि-मार्ग के दोषों में, तथा उनकी बच्चादानी की विकृतियों आदि में भी मिट्टी अपना कमाल दिखाती है।

पुरुष व बालकों के समस्त रोगों में, जैसे स्वप्नदोश, शीघ्र पतन, जननेन्द्रिय की विकृति, तथा वीर्य में वीर्य-कीटों का अभाव, बालकों का कृमि रोग, सूखा रोग, तथा अस्थि-रोगों में आप मिट्टी की करामात देख सकते हैं।

रोगी के शरीर में विजातीय द्रव्य अथवा गंदगी के जमा हो जाने के फलस्वरूप जब तज्जनित गर्मी बढ़ जाती है तभी कोई रोग प्रकाश में आता हैं। उस बढ़ी हुई गर्मी को खींच कर अपने में आत्मसात् कर

लेने की असाधारण शक्ति और अद्भुत क्षमता मिट्टी में सर्वाधिक होती है। यही कारण है जो मिट्टी के प्रयोगों द्वारा शरीर के लगभग सभी रोगों को अच्छा करना सम्भव ही नहीं अति सरल भी है। रोगी के शरीर में रोग चाहे कहीं भी हो, मिट्टी उसके विष एवं अनावश्यक गर्मी को धीरे-धीरे चूसकर उसे जड़मूल से नष्ट करके ही दम लेती है। शरीर के आये दिन के छोटे-मोटे रोग तो कुछ क्षणों वा कुछ घंटों में ही ठीक हो जाते हैं, जिसे देखकर ताज्जुब होता है। इसी तरह कठिन, पुराने और जटिल रोग भी धैर्यपूर्वक मिट्टी का उपचार करते रहने से कुछ ही दिनों में निश्चय ही दूर हो जाते हैं। इसलिये यह कहना गलत नहीं है कि रोगों को दूर करने में संसार की कीमती से कीमती दवाइयाँ मुफ्त की मिट्टी की बराबरी हरगिज नहीं कर सकतीं।

यह मिट्टी द्वारा रोगों की चिकित्सा आज का आविष्कार नहीं है, अपितु प्राचीन काल से चली आ रही है। गलका फोड़ा, तथा अँभौरी (अँधौरी) आदि चर्म रोगों में मिट्टी का प्रयोग आज भी सफलतापूर्वक होता है और पहले भी होता था। बवेरिया में फादर नीप,

जर्मनी और में ए० जुस्ट आदि चिकित्सकगण व्यापक

रूप से मिट्टी द्वारा रोगों का इलाज करते थे। उनका कहना था, जो आज भी शत प्रतिशत सच है कि रोगी शरीर के रोग-विष को खींच कर बाहर निकाल देने में मिट्टी के समान संसार में कोई चीज या दवाई नहीं हैं, इस सिद्धान्तानुसार मिट्टी सभी रोगों को दूर करने में सक्षम सिद्ध होती है।

स्थावर और जंगम सभी का आधार पृथ्वी यानी मिट्टी है। संसार के सभी गुण-धर्म और तत्त्व पृथ्वी में प्रकृतितः मौजूद हैं। इसीलिए प्राकृतिक चिकित्सा के दूरदर्शी उन्नायकों एवं अन्वेषकों ने मिट्टी को सर्वप्रमुख सर्वरोगहर महौषधि सिद्ध किया है। आज भारत, जर्मनी, इंग्लैण्ड, अमेरिका आदि संसार के लगभग सभी प्राकृतिक चिकित्सालयों में प्रायः सभी प्रकार के रोगियों पर प्राकृतिक चिकित्सा के अन्य उपचारों के साथ-साथ मिट्टी के उपचार चलाये जाते है और सबको आशातीत लाभ पहुँचता है।

थोड़ी देर के लिए यदि यही मान लिया जाय कि मिट्टी रोगों में लाभ नहीं पहुँचाती, तो इस सम्बन्ध में यह बात भी निश्चित रूप से कही जा सकती है कि मिट्टी रोगों में हानि भी बिलकुल नहीं करती, जबकि डाक्टरी दवाएँ और अन्य औषधियाँ इतनी दयालु नहीं

होतीं। वे तो भयानक विषों की गाँठें होती हैं। वे लाभ नहीं कर पातीं तो हानि जरूर पहुँचाती हैं। या अपने विषवत् प्रभाव से एक रोग को दबा देती हैं और उसकी जगह दूसरे रोग को खड़ा कर देती हैं, तथा यह सिलसिला रोगी के जीवन भर चलता रहता है। लेकिन मिट्टी की चिकित्सा में ऐसी बात कभी भी नहीं होती। वह निश्चित रूप से लाभ ही करती है। विश्वास की आड़ में इसमें धोखा-धड़ी कभी नहीं होती। ऐसा इसलिये कि शुद्ध मिट्टी में किसी प्रकार का विष या हानिकारक तत्त्व होता ही नहीं जो रोगी-शरीर को हानि पहुँचा सकता हो। मिट्टी का तो हमारा शरीर ही है, हमारे जीवन और जिन खाद्य तत्त्वों पर वह टिका रहता है, उनका आधार ही है मिट्टी, फलतः मिट्टी की चिकित्सा एक रोगी शरीर के लिए हर तरह से अनुकूल पड़ती है। दूसरे, मिट्टी सृष्टि के उपादान आदि पंच-महाभूतों में पंचम और अन्तिम महाभूत है, साथ ही अन्य प्रथम के चार महाभूतों—आकाश, वायु, अग्नि और जल का रस है, निचोड़ है। यथा :—

'एषां भूतानां पृथ्वी रसः'

—छान्दोग्य उपनिषद्

इसलिए मिट्टी में स्वयं मिट्टी के गुणों के साथ-

साथ अन्य सभी महाभूतों—आकाश, वायु, अग्नि, और जल के भी ईश्वरीय अथवा प्राकृतिक गुण विद्यमान होते हैं, जिससे वह रोगों में शत प्रतिशत लाभ ही करती है और हानि एक प्रतिशत भी नहीं। तीसरे मिट्टी में जो शरीर की गंदगी व विष को चूस लेने की असाधारण शक्ति होती है, उस शक्ति द्वारा रोग के कारण शरीर की गंदगी व विष को चूस कर रोगी के शरीर को निर्मल और रोगरहित कर देती है। उसकी इस प्रक्रिया में रोगी को किसी प्रकार की हानि पहुँचने का प्रश्न ही नहीं उठता, लाभ ही लाभ होता है।

अब नीचे कुछ खास-खास रोगों की मिट्टी-चिकित्सा दी जा रही है जिसे लेखक ने अपने गत ५० वर्ष के प्रैक्टिस-काल में हजारों बार भाँति-भाँति के रोगों से पीड़ित रोगियों पर आजमाया है और उन्हें लाभान्वित किया है। यदि मिट्टी के उपचार के साथ-साथ रोगी एनिमा आदि का सहारा लेकर अपने पेट को साफ कर ले और भोजन सादा एवं प्राकृतिक रखे, तथा जरूरत पड़ने पर समय-समय पर प्राकृतिक चिकित्सा सम्बन्धी अन्य उपचारों का भी प्रयोग करता रहे तो वह मिट्टी-चिकित्सा से कभी निराश न होगा और उसका रोग चाहे कितना भी जटिल और पुराना

क्यों न हो अवश्य मिट जायगा और फिर कभी न होगा।

सब प्रकार के फोड़े

शरीर के किसी भाग पर किसी प्रकार के फोड़े की शुरुआत होते ही उस स्थान पर और उस स्थान के चारों तरफ थोड़ा बढ़ कर ५ मिनट गरम सेंक देने के बाद उसके ऊपर एक घण्टे के लिए दिन में २-३ बार गीली मिट्टी की उष्ण-कर पट्टी रखनी चाहिए। ऐसा करने से फोड़े के स्थान पर यदि वेदना होगी तो वह शांत हो जायगी या कम हो जायगी। फोड़े की पहली अवस्था में यदि गरम सेंक ही दिया जायगा और उसके बाद गीली मिट्टी की उष्णकर पट्टी न लगायी जायगी तो फोड़ा बैठ जा सकता है। पर निकलते फोड़े को बैठा देना ठीक नहीं है। उसको पक-फूटकर उसमें की गंदगी पीब के रूप में निकल जाना ही अच्छा है।

जब फोड़ा पक जाय और उसमें पीब आ जाय, तब उसके ऊपर ५ मिनट तक बहुत हल्की गरम सेंक देकर उसके तुरंत बाद ५ मिनट के लिए गीली मिट्टी की ठंढी पट्टी का प्रयोग करना चाहिए। ऐसा एक साथ तीन बार और दिन में २-३ बार करना चाहिए।

जब फोड़ा फूट जाय तब दिन में २ बार ३ मिनट तक उस पर गरम सेंक देकर उबाल कर ठंढी की हुई गीली मिट्टी की उष्णकर पट्टी एक घण्टे के अंतर से बदल कर प्रयोग करना चाहिए। बस, कुछ ही दिनों में धीरे-धीरे फोड़े की सब पीब निकल जायगी और फोड़ा सूख कर अच्छा हो जायगा तथा उस जगह पर फोड़े का निशान भी न रह जायगा।

फोड़े के फूट जाने पर फोड़े का मुँह खुला रहता है और कभी-कभी उसमें गड्ढा हो गया रहता है। अतः उस पर गीली मिट्टी की पट्टी लगाते समय फोड़े के खुले मुँह एवं गड्ढे में भी गीली मिट्टी अवश्य भर देनी चाहिए। तत्पश्चात् उसके ऊपर एक भीगे साफ कपड़े का टुकड़ा रखकर उन सबको सूखे फलालैन या ऊनी कपड़े से बाँध देना चाहिए, और मिट्टी के अधिक सूख जाने से पहले ही पट्टी को खोल कर तथा फोड़े के मुँह से मिट्टी को साफ करके दूसरी वैसी ही पट्टी चढ़ा देनी चाहिए।

सब प्रकार के घाव

शरीर के किसी स्थान के चमड़े के कट जाने या किसी प्रकार से नष्ट हो जाने के फलस्वरूप उस स्थान पर घाव हो जाता है। उस घाव पर दिन में एक बार

३ मिनट तक गरम सेंक देकर दिन में ३-४ बार एक-एक घंटे के लिए एक घंटे तक उबालकर ठंढी की हुई गीली मिट्टी की ठंढी पट्टी लगानी चाहिए। बस इतना ही करने से धीरे-धीरे घाव भर जायगा और उस स्थान पर वह अपना निशान भी न छोड़ेगा।

घाव पर जो मिट्टी की पट्टी बाँधी जाय उसे आध इंच मोटी होना जरूरी है, और उसे थोड़ा बड़ी करके प्रयोग करना चाहिए। उस पट्टी को एक घंटे से अधिक हरगिज नहीं रखना चाहिए, एवं सूख जाने के पहले ही उसे बदल देना चाहिए।

मुँह में या जीभ पर यदि घाव हो तो वह दिन में कम से कम दो बार शुद्ध मिट्टी से दाँतों को माँजने और १ मिनट गरम जल के बाद १ मिनट ठंढा जल मुँह में रखकर उनसे तीन बार जीभ पर गरम-ठंढी सेंकें देने से ही ठीक हो जायगा।

भारतवर्ष की जंगली जातियाँ अपने घावों पर और चोटों पर सदा गीली मिट्टी ही लगाती हैं जिससे उनको शत प्रतिशत लाभ होता है।

जानवर भी घावों पर गीली मिट्टी लगाते देखे गये हैं। उदाहरणार्थ, यदि किसी हाथी को लाठियों

से मारकर उसके शरीर पर घाव कर दिये जायँ तो वह फौरन अपनी लार से मिट्टी को भिगोकर उन घावों पर लगा लेगा और उसे तब तक लगाता रहेगा जब तक कि उसके वे घाव भर न जायँगे। घोड़े की टाँग में जब घाव हो जाता है तो उसका साईस उस घाव को गीली मिट्टी लगाकर ही ठीक करता है।

बाघी

जाँघ के ऊपर पट्टे की गिल्टी जब फूल उठती है तो उसे बाघी या अँग्रेजी में BUBO कहते हैं। यह बहुत पीड़ादायक होती है और अक्सर पकने का नाम नहीं लेती। इसको ठीक करने के लिए बाघी पर दिन में दो बार १५ मिनट तक गरम सेंक देकर शेष समय में गीली मिट्टी की उष्णकर पट्टी गरम होते ही ५ से ३० मिनट बाद बदल कर प्रयोग करना चाहिए। रोगी जितना गरम सेंक सह सके आरम्भ में उतना ही गरम सेंक प्रयोग करना आवश्यक है। इससे बाघी पकेगी नहीं और उसमें मवाद नहीं पड़ेगा। यदि दर्द बहुत बढ़ जाय तो हर दो घण्टे बाद गरम सेंक देकर उसके बाद और शेष समय पुनः पुनः बदल कर गीली मिट्टी की उष्णकर पट्टी लगानी चाहिए।

बाघी यदि पक जाय और फूटने की स्थिति में आ जाय तो दिन में ३ बार सुबह, शाम व दोपहर उस पर ३० मिनट तक गरम-ठंढी सेंक देकर शेष समय गीली मिट्टी की उष्णकर पट्टी लगानी चाहिए।

बाघी के फट जाने पर घाव के ऊपर ३ मिनट तक हल्की गरम सेंक देकर शेष समय खौलते हुए जल में उबाली हुई गीली मिट्टी की पट्टी बार-बार लगानी चाहिए।

सब प्रकार का ज्वर

ज्वर के लक्षण प्रकाश में आते ही यदि पेड़ू पर गीली मिट्टी की ठंढी पट्टी दिन में ३-४ बार ३०-३० मिनट के लिए लगायी जायगी तो ३-४ पट्टियों में ही ज्वर की कमर अवश्य ही टूट जायगी और उसका ताप कम हो जायेगा। ज्वर की हालत में गीली मिट्टी की पट्टी प्रयोग करने में एक विशेष लाभ यह होता है कि उससे ज्वर में जटिलता नहीं आने पाती और ज्वर के उतरने में किसी प्रकार का कष्ट या बेचैनी नहीं होती और ज्वर का ताप बिना किसी उपद्रव के कम होते-होते एक बारगी ही 'नार्मल' पर आ जाता है।

तेज ज्वर में जब रोगी की घबड़ाहट बहुत बढ़ जाय तो पेड़ू की पट्टी के साथ-साथ रोगी के माथे पर

भी गीली मिट्टी की ठंढी पट्टी देना चाहिए और उसके गरम हो जाने पर उसे बदलते रहना चाहिए जब तक कि घबड़ाहट कम न हो जाय ।

प्लेग के ज्वर में पेड़ू पर पट्टी देने के साथ-साथ प्लेग की गिल्टी पर भी गीली मिट्टी की पट्टी देनी चाहिए, पर वह उष्णकर होनी चाहिए, ठंढी नहीं। ज्वर जबतक रहे रोगी को कुछ भी खाना-पीना नहीं चाहिए सिवा कागजी नीबू के रस मिले ठंढे पानी के, और कभी कभी एनिमा द्वारा पेट को साफ कर देना चाहिए ।

एकजीमा

एकजीमा अँग्रेजी शब्द है। इस रोग को हिन्दी में उकवत या उकवता कहते हैं। एक अनुभवी प्राकृतिक चिकित्सक का कथन है कि यह रोग दवाओं के प्रयोग से कभी भी नहीं जाता, और यदि किसी दवा से चला जाता है तो कुछ दिन बाद पुनः लौट आता है। जड़ इसकी दवाओं से कभी कटती ही नहीं। इस रोग की जड़ दो तरह से कट जाती है—एक प्राकृतिक चिकित्सा द्वारा और दूसरे रोगी के मर जाने पर उसकी चिता की आग से। तात्पर्य यह कि एकजीमा केवल मिट्टी-पानी

के इलाज से ही ठीक होता है, अन्य किसी प्रकार के

उपचार से नहीं। समय ३ से ६ मास तक लग सकते हैं।

मिट्टी पानी का उपचार एकजीमा को दूर करने के लिए बहुत ही सरल है। वह यह कि एनिमा द्वारा पेट को साफ करते हुए और सादे भोजन पर रहते हुए दिन में ३ या ४ बार रोग की जगह पर ५ मिनट गरम सेंक देकर उस पर गीली मिट्टी की उष्णकर पट्टी १ घंटे तक लगाना। बस। उपचार-काल में यदि नमक बिल्कुल ही त्याग दिया जाय तो एकजीमा जल्दी आराम हो जाता है।

साँप का काटा

जैसे ही साँप काटे वैसे ही उस स्थान से ढाई-तीन इंच ऊपर की ओर कटे स्थान और हृदय के बीच एक मजबूत रस्सी या इसी प्रकार की किसी अन्य मजबूत चीज से खूब कसकर बाँध देना चाहिए। इतना कसकर न बाँधा जाय कि चमड़ी कट जाय। कसकर बाँधने का तात्पर्य यह है कि उससे रक्त का संचालन रुक जाय। इस बंधन के ऊपर उतनी ही दूरी पर कम से कम दो और बंधन बाँध दें। जिससे यदि एक बंधन बेकार हो जाय तो दूसरे अथवा तीसरे से काम पूरा हो जाय। इसके बाद किसी तेज चाकू या उस्तुरे से कटे हुए स्थान पर लग-

भग पौन इंच गहरा चीरा लगाकर उसे दबा दबा कर सारा विषैला रक्त निकाल देना चाहिए। कोई दूसरा मनुष्य घाव को चूस चूसकर भी विषाक्त रक्त को बाहर निकाल सकता है और बाद में अपना मुँह नीबू के रस मिले गरम पानी से कुल्ली करके शुद्ध कर सकता है। विषाक्त रक्त निकल जाने के बाद बंधनों को खोलकर काटे हुए स्थान को पानी में डुबोकर उसको मोटे कपड़े से रगड़-रगड़ कर डेढ़-दो घंटे या अधिक समय तक खूब धोना चाहिए। उसके बाद घाव को नीबू के रस से धोकर उस पर गीली मिट्टी की ठंढी पट्टी बाँध देनी चाहिए और उसको २०-२० मिनट बाद बदलते रहना चाहिए। ऐसा करने से साँप के बचे खुचे जहर को मिट्टी की पट्टी खींच लेगी और मरीज चंगा हो जायगा।

यदि उपर्युक्त उपचारों से लाभ होने में देर लगे तो रोगी के समूचे नंगे शरीर पर गीली मिट्टी का मोटा लेप आधे-आधे घंटे पर चढ़ाना चाहिए। यदि फिर भी खतरा न टले तो रोगी के केवल चेहरे को छोड़-कर सारे शरीर को नंगा करके उसको कीचड़ मिट्टी में ढँक देना चाहिए, या जमीन में आदमी के कद के बराबर लम्बा या कुआँनुमा गड्ढा खोदकर और

उसमें कीचड़ मिट्टी भरकर रोगी को उसी में २४ घंटे तक लेटाकर या गाड़कर रखना चाहिए। ऐसा करने से रोगी को अवश्य होश आ जायगा।

बिच्छू के डंक मारने पर

बिच्छू के डंक मारने के बाद अगर उसका डंक शरीर में गड़ा रह गया हो तो जिस तरह साँप के काटने पर तीन बंधन लगाते हैं, उसी तरह तीन बंधन लगाने चाहिए। उसके बाद चिमटी द्वारा उस गड़े डंक को निकाल देना चाहिए। तत्पश्चात् उस अंग को ठंढे पानी में डुबोकर किसी मोटे कपड़े से डंक मारे हुए स्थान को काफी देर तक रगड़-रगड़ कर धोना चाहिए। उसके बाद डंक मारे हुए स्थान-वाले पूरे अंग पर २०-२० मिनट बाद केवल गीली मिट्टी की ठंढी पट्टी बदल-बदल कर लगाने से ही बिच्छू का जहर उतर जायगा और रोगी हँसने लगेगा।

पागल कुत्ते या गीदड़ आदि के काटने पर

पागल कुत्ते आदि के काटने का इलाज साँप के काटने के इलाज की तरह ही करना चाहिए। मगर

इसमें बंधन बाँधने की जरूरत नहीं है, पर काटने के

तुरंत बाद काटे हुए स्थान का जहरीला खून निकाल अवश्य देना चाहिए। फिर २०-२० मिनट बाद गीली मिट्टी की ठंढी पट्टी लगाकर रोगी के शरीर को विष-रहित कर देना चाहिए।

हड्डी का टूटना या उखड़ना

जब शरीर की कोई हड्डी टूट जाय या उखड़ जाय तो उस अंग को हिलाये-डुलाये बिना आराम से एक-दम स्थिर और किसी चीज से सहारा देकर रखना चाहिए। सहारा देने के लिए उस स्थान पर गीली मिट्टी की मोटी ठंढी पट्टी बाँधनी चाहिए तथा गरम हो जाने पर उसे बदलते रहना चाहिए। ऐसा करने से यदि रक्त बहता होगा तो वह भी बंद हो जायगा। दर्द रहने पर गरम व ठंढी सेंक देनी चाहिए। चोट वाले अंग को आवश्यकतानुसार मिट्टी की पट्टी के साथ लकड़ी की पटरी या दफ्ती आदि किसी कड़ी चीज को शामिल करके सहारा देना ठीक रहता है। इस प्रकार सहारा देकर उपचार करने से पहले टूटी, उखड़ी, या स्थानभ्रष्ट हड्डी को किसी कुशल हड्डी बैठाने वाले से बैठवा लेना जरूरी है। गीली मिट्टी की ठंढी पट्टियों का प्रयोग उस वक्त तक जारी रखना चाहिए जब तक

चोट बिल्कुल ठीक न हो जाय और जब तक टूटी हड्डी जुड़ न जाय।

लू लगना

लू लगने पर रोगी को किसी ठंढी और हवादार जगह में ले जाकर आराम से लेटा देना चाहिए। ठंढा जल थोड़ी-थोड़ी मात्रा में बार बार पिलाना चाहिए। उस जल में भुने कच्चे आम का रस या कागजी नीबू का रस मिला होना चाहिए। शरीर को बार बार ठंढे पानी से भीगे गमछे से पोंछते रहना चाहिए, और हर २० मिनट बाद गीली मिट्टी की ठंढी पट्टी सिर, पेड़ू व रीढ़ पर बदल-बदल कर लगाते रहना चाहिए। कुछ ही पट्टियों में रोगी के शरीर से लू का असर गायब हो जायगा।

मधुमक्खी आदि विषैले जन्तुओं का विष

मधुमक्खी आदि विषैले जन्तु जहाँ काटें या डंक मारें उस स्थान को पहले ठंढे जल में डुबोकर ५ मिनट तक खूब रगड़ना चाहिए। तत्पश्चात् दिन में कई बार उस स्थान पर गीली मिट्टी की ठंढी पट्टी लगानी चाहिए। ऐसा करने से शीघ्र ही जहर उतर जायगा और सूजन व दर्द आदि सब खतम हो जायँगे।

कोष्ठबद्धता

कोष्ठबद्धता या कब्ज को दूर करने में पेड़ू पर गीली मिट्टी की पट्टी का प्रयोग रामबाण सिद्ध होता है। कब्ज को दूर करने के लिए सुबह व दोपहर को ३०-३० मिनट के लिए गीली मिट्टी की उष्णकर पट्टी और शाम को भोजन के २ घंटे बाद उसे रात भर के लिए लगाना चाहिए। ऐसा करने से साधारण कब्ज दो-तीन दिन में ही ठीक हो जायगा।

कठिन कब्ज की हालत में उपर्युक्त गीली मिट्टी के प्रयोग के साथ-साथ २-१ दिन के उपवास, रोज एनिमा-प्रयोग, तथा खान-पान में उचित सुधार की भी जरूरत हो सकती है।

दस्त व संग्रहणी तथा हैजा

दस्त व संग्रहणी की बीमारी में तो गीली मिट्टी की पट्टी जादू का काम करती है। इसी प्रकार यदि हैजा में आरम्भ से ही इस प्रकार की पट्टी का प्रयोग किया जाय तो संकट अवश्य टल जाय और रोगी मरने से बच जाय।

उपर्युक्त बीमारियों में रोगी का भोजन बंद करके और उसे केवल कागजी नीबू का रस मिले ठंढे व ताजे

जल पर रखते हुए दस्त व संग्रहणी की हालत में दिन में ४ बार और हैजे में हर २० मिनट पर बदल-बदल कर पेड़ू पर गीली मिट्टी की ठंढी पट्टी लगानी चाहिए। ऐसा करने से रोगी के पेट में रोग के कीटाणुओं की बाढ़ बंद हो जाती है, आँत की उत्तेजना चली जाती है, और यदि पेट में दर्द भी रहा तो वह भी १०-१५ मिनट के भीतर ही शान्त हो जाता है।

पेड़ू पर मिट्टी की पट्टी रखने के पहले यह देख लेना जरूरी है कि पेड़ू गरम है या ठंढा। यदि पेड़ू गरम न हो, ठंढा हो तो उस पर १५-२० मिनट तक गरम सेंक देने के बाद ही उसके गरम हो जाने पर उस पर गीली मिट्टी की ठंढी पट्टी का प्रयोग करना चाहिए।

पेट की हालत जितनी अच्छी हो उतने ही अधिक समय के बाद पट्टी को बदल देना चाहिए, और अंत में उसे ३-४ घंटे या रात भर के लिए बँधा छोड़ दे सकते हैं।

परन्तु दस्त की बीमारी यदि खराब किस्म की हो, जैसी कि हैजा में होती है, और पेड़ू ठंढा हो तो हर ३-३ घंटे पर पेड़ू पर १५-२० मिनट तक गरम व ठंढी दोनों सेंक देकर उसके बाद १ घंटे के लिए गीली

मिट्टी की उष्णकर पट्टी लगानी चाहिए हर घंटे बदलते हुए। पेट बहुत ठंढा हो तो इस पट्टी के ऊपर गरम पानी की थैली या गरम पानी से भरी बोतल रखनी चाहिए। यह उपाय आँत में जमे रक्त को चमड़े में खींच लाता है और रक्त की गति को चमड़े को फिर से लौटाकर दस्त की बीमारी को तुरत ठीक कर देता है। पेट के दर्द का भी यह एक अचूक इलाज है।

पेचिश

इस रोग में बड़ी आँत में सूजन हो जाती है। जब सूजन के साथ आँत में घाव भी हो जाता है तो उसे खूनी पेचिश कहते हैं। इसमें आँव के साथ टट्टी २४ घंटों में बहुत बार होती है।

इस रोग में रोज एक बार सुबह को पाखाने से लौटने के बाद गरम पानी का एनिमा लेकर पेट साफ कर लेना चाहिए, फिर दिन भर २-२ घंटे पर पेड़ू पर १५ मिनट तक गरम-ठंढी सेंक देकर गीली मिट्टी की उष्णकर पट्टी का प्रयोग करना चाहिए। लेकिन रोगी को यदि ज्वर हो तो पट्टी को ३० मिनट पर ही बदल लेना चाहिए। ऐसा करने से बड़ी आँत साफ हो जाती है, दर्द और ऐंठन कम हो जाती है और रोग जल्दी ही दूर हो जाता है।

बवासीर

यह रोग कठिन कोष्ठबद्धता का परिणाम होता है। इसमें गुदा-मार्ग के अन्दर और बाहर की नसें फूल जाती हैं और बड़ी तकलीफ देती हैं।

इस रोग को दूर करने के लिए कोष्ठबद्धता के इलाज के साथ-साथ दिन में ३ बार ३०-३० मिनट के लिए और रात में एक बार सारी रात के लिए पेड़ू पर गीली मिट्टी की उष्णकर पट्टी लगानी चाहिए, साथ ही गुदा के मस्सों पर गीली मिट्टी की एक गेंद बनाकर रखनी चाहिए और उसे भी ऊनी कपड़े या फलालैन के टुकड़े से बाँध रखना चाहिए।

वमन

वमन या उल्टी होना पेट की खराबी की निशानी है। इसमें पहले ढेर सा गुनगुना गरम पानी पीकर कै कर देना चाहिए। तत्पश्चात् दिन में २-३ बार आध-आध घंटे के लिए पेड़ू पर गीली मिट्टी की ठंढी पट्टी लगानी चाहिए, वमन की प्रवृत्ति शान्त हो जायगी।

हिचकी

हिचकी सबको आती है और दो-एक मिनट ही रहती है, फिर अपने आप ठीक हो जाती है। परन्तु

जब हिचकी घंटों या कई दिनों तक आती रहे तो उसे निश्चय ही रोग की संज्ञा दी जाती है। ऐसी दशा में दिन में २-३ बार पेट पर गीली मिट्टी की ठंढी पट्टी आध-आध घंटे के लिए लगाने से लाभ होता है और हिचकी आनी बंद हो जाती है।

पेट-पीड़ा

पेट-पीड़ा चाहे जिस कारण से हो पेड़ू पर गीली मिट्टी की पट्टी लगाने से वह अवश्य दूर हो जाती है।

इस रोग को दूर करने के लिए दिन में एक बार या सुबह-शाम दो बार पहले पेट को साफ कर लेना चाहिए। उसके बाद बार-बार बदल-बदल कर पेड़ू पर गीली मिट्टी की उष्णकर पट्टी लगानी चाहिए, पीड़ा जाती रहेगी। पेट जितना गरम रहे मिट्टी की पट्टी उतनी ही मोटी और ठंढी होनी चाहिए। साधारणतः आधे घंटे से एक घंटे तक पट्टी रखकर उसके गरम हो जाने पर उसे बदल देना चाहिए।

अपेन्डिसाइटिस

यह रोग भी अन्य पेट के रोगों की तरह घोर कब्ज का परिणाम होता है। इसमें पेट में स्थित

आँत की पूँछ सूज जाती है जिससे असह्य दर्द होता है।

इस रोग के इलाज के लिए सबसे पहले थोड़े पानी द्वारा एनिमा लेकर पेट को साफ कर लेना चाहिए, फिर पेट के नीचे दाहिनी ओर जहाँ आन्त्र-पुच्छ स्थित होती है दिन में आधे घंटे के लिए तीन बार १५ मिनट तक गरम-ठंढी सेक देकर बाकी समय गीली मिट्टी की ठंढी पट्टी लगानी चाहिए, जिसे सूखने से पहले ही बदल देना जरूरी है। मिट्टी की पट्टी लगाते ही पेट का दर्द जाता रहता है और रोगी को बड़ा आराम मालूम होता है। मिट्टी की पट्टी बड़ी और आध इंच मोटी होनी चाहिए।

पेट से रक्त जाना

इस रोग में मुख द्वारा खून की उल्टी होती है जिसमें भोजन का कुछ अंश मिला होता है।

रोग के आरम्भ में ही रोगी को चित अवस्था में आराम से लेटा देना चाहिए और उसके पेट पर खूब ठंढी गीली मिट्टी का लेप मोटा-मोटा चढ़ा देना चाहिए और बीच बीच में उसे बर्फ का टुकड़ा चूसने को देते रहना चाहिए। लेप पेट पर दो-तीन बार चढ़ाने की जरूरत पड़ सकती है।

आँत से रक्त जाना

इस रोग में गुदा-मार्ग द्वारा मल-मिश्रित रक्त निकलता है। इस रोग में रक्त-स्राव बंद करने के लिये रोगी को चित लेटाकर उसके पेड़ू पर गीली मिट्टी की ठंढी पट्टी लगानी चाहिए एवं जब तक रक्त जाना बंद न हो जाय तब तक उसके गरम होते ही उसे बार बार बदलते रहना चाहिए, साथ ही बीच बीच में रोगी को बरफ का टुकड़ा चुसाते रहना चाहिए। यदि हो सके तो थोड़ा सा बर्फ का पानी पिचकारी द्वारा गुदामार्ग द्वारा आँत में भी पहुँचा देना चाहिए। ऐसा करने से आँत से रक्त जाना बंद हो जायगा।

अँभौरी (या अँधौरी)

गरमी के दिनों में शरीर पर छोटी छोटी फुन्सियाँ निकलती हैं जिनमें खुजली भी होती है, यही अँभौरी (या अँधौरी) है।

अँभौरी को दूर करने के लिए एनिमा द्वारा पेट को साफ कर लेना चाहिए। तत्पश्चात् रोज दिन में दो बार २०-२० मिनट के लिए पेड़ू पर आधी इंच मोटी गीली मिट्टी की ठंढी पट्टी लगानी चाहिए।

इसके अलावा समूचे शरीर पर गीली मिट्टी पोतकर एक घंटा धूप में रहने के बाद साधारण स्नान कर लेने से भी अँभौरी बहुत जल्दी अच्छी हो जाती है ।

खुजली रोग

यह बड़ा तकलीफ देने वाला चर्म रोग है । यह साधारणतः हाथ पैर की अंगुलियों तथा अन्य सन्धियों में प्रकाश पाता है । इसमें घावयुक्त फुन्सियाँ निकलती हैं जिनमें जलन व खुजलाहट होती है ।

इस रोग को दूर करने के लिए नीम के पत्ते डालकर औटाये गरम पानी से एनिमा लेकर पेट साफ कर लेना चाहिए । फिर दिन में एक बार ५ मिनट तक आक्रान्त अंग पर गरम सेंक देकर रोज दो बार एक-एक घंटे के लिए आध इंच मोटी गीली मिट्टी की ठंढी पट्टी लगानी चाहिए, जिसको सूख जाने के पहले ही हटा देना चाहिए और उसकी जगह वैसी ही दूसरी पट्टी लगा देनी चाहिए । ऐसा १ घंटे से अधिक नहीं करना चाहिए । खुजली के घाव पर जिस मिट्टी का प्रयोग किया जाय उसे किसी हाँडी में डालकर और उसमें पानी भरकर खौला लेना चाहिए और फिर ठंढा कर लेना चाहिए ।

आँख उठना

आँख के उठते ही बंद आँख पर १ घंटे तक उबालकर ठंढी की हुई गीली मिट्टी की ठंढी पट्टी बार बार लगानी चाहिए, १२ से २४ घंटे में लाभ हो जायगा। तब उस पर हल्की गरम सेंक देनी चाहिए। इसके लिए रुई की गद्दी को गरम पानी में डुबोकर और निचोड़कर काम में लाना चाहिएं।

दाद

दाद एक जटिल चर्म रोग है, पर यह मिट्टी-चिकित्सा द्वारा जल्दी ठीक हो जाता है। दाद को दूर करने के लिए दिन में ३ बार उस पर ५ मिनट तक गरम सेंक देने के बाद ३० मिनट के लिए गीली मिट्टी की ठंढी पट्टी लगानी चाहिए।

कैंसर

कैंसर रोग की प्रथम अवस्था में अगर कैंसर की गाँठ के ऊपर दिन में २ बार ५ मिनट तक गरम सेंक देकर बाकी समय के लिए उस पर गीली मिट्टी की उष्णकर पट्टी लगायी जाय तो विशेष लाभ होता है।

पट्टी को १-१ घंटे बाद बदलते रहना चाहिए। समूची

देह की शुद्धि करने के साथ साथ एकमात्र मिट्टी की इस प्रकार की पट्टी के व्यवहार से ही कितने ही कैंसर के रोगी ठीक हुए हैं ।

कैंसर के दर्द को शान्त करने के लिए उस पर बार बार बदल बदल कर गीली मिट्टी की खूब ठंढी पट्टी लगानी चाहिए । कैंसर की गाँठ से खून निकलने की हालत में भी ठंढी मिट्टी की पट्टी का ही प्रयोग करना चाहिए ।

स्वप्नदोष

स्वप्नदोष को दूर करने के लिए दिन में एक बार और रात में सारी रात के लिए पेड़ू व अण्ड-कोषों सहित पूरी जननेन्द्रिय पर गीली मिट्टी की उष्णकर पट्टी लगानी चाहिए । कुछ ही दिनों के प्रयोग से स्वप्नदोष ठीक हो जायगा ।

प्रसव-पीड़ा

यदि प्रसव के समय गर्भिणी दुख पाये और बच्चा शीघ्रता से बाहर न निकलता हो तो थोड़ी-थोड़ी देर बाद पेट पर गीली मिट्टी की ठंढी पट्टी लगाने से बच्चा सुखपूर्वक और शीघ्र हो जायगा ।

कभी कभी ३-४ बार तक और जल्दी जल्दी पट्टी

बदलनी पड़ती है। यदि पेट में बच्चा मर भी गया होगा तो उसका मृतक शरीर भी इस प्रयोग से बाहर आ जायगा।

समय से पूर्व गर्भपात की आशंका

यदि किसी कारण वश गर्भिणी स्त्री को पूरे समय से पहले ही गर्भ गिर जाने की आशंका हो तो उसे चाहिए कि दिन में दो बार या तीन बार पेड़ू पर आध-आध घण्टे के लिए गीली मिट्टी को ठंढी पट्टी लगाये, आशंका निर्मूल हो जायगी और गर्भपात रुक जायेगा।

कान के रोगों से

कान के सभी प्रकार के रोगों में कान को, नीम की पत्तियाँ डालकर खौलाये गुनगुने पानी से रोज एक बार धोकर तीन बार कान के छिद्र में रुई भरकर कान के चारों तरफ उसके ऊपर भी गीली मिट्टी की उष्णकर पट्टी ४५ मिनट के लिए लगानी चाहिए। रोग की बढ़ी हुई दशा में या पुराने कान के रोग में मिट्टी की पट्टी लगाने से पहले कान के ऊपर ५ से १० मिनट तक गरम-ठंढी सेंक भी दे देना चाहिए और पट्टी को २-२ घण्टे पर बदलते रहना चाहिए।

शिर-पीड़ा

शिर पीड़ा में गीली मिट्टी की पट्टी रोगी के पेड़ू, गर्दन के पीछे, एवं ललाट पर लगानी चाहिए तथा खोपड़ी पर गीली मिट्टी की ठंढी पट्टी। समय ३० मिनट। आवश्यकतानुसार ये पट्टियाँ दिन में २-३ बार लगाई जा सकती हैं।

कण्ठ और गले के रोग

इन रोगों में गीली मिट्टी की उष्णकर पट्टी आध इंच मोटी गले के चारों तरफ बाँधनी चाहिए और उसे २-१ घण्टे के बाद या आवश्यकतानुसार बदलते रहना चाहिए।

फेफड़ों के रोग

दमा, क्षय तथा प्लुरिसी आदि फेफड़ों के रोगों में अन्य प्राकृतिक चिकित्सा के प्रयोगों के साथ-साथ सीने और पेड़ू पर गीली मिट्टी की उष्णकर पट्टी दो-दो घण्टे के अन्तर से आवश्यकतानुसार दिन में एक या दो बार बाँधनी चाहिए। ऐसा करने से इन रोगों में बड़ा लाभ होता है और फेफड़ों में कफ रुकने नहीं पाता जो फेफड़े के रोगों का मूल कारण है।

थनैली-रोग

स्त्रियों के स्तन अक्सर प्रदाहित होकर सूज जाते हैं और उनमें पीड़ा होने लगती है जो बड़ी दुखदायी होती है। इस रोग में स्तनों पर ३ मिनट गरम व उसके तुरंत बाद २ मिनट ठंढी सेंक देने के बाद, ऐसी ही गरम-ठंढी सेंक २ बार और देकर दिन में २-३ बार गीली मिट्टी की उष्णकर पट्टी लगानी चाहिए, कुछ दिनों में ही थनैली का रोग ठीक हो जायगा।

अनिद्रा-रोग

नींद न आती हो तो गर्दन के पीछे और पूरे पेड़ू पर गीली मिट्टी की उष्णकर पट्टी बाँधने से नींद आने लगेगी।

पागलपन

पागलपन रोग में सिर पर गीली मिट्टी की ठंढी पट्टी और पेड़ू पर उष्णकर पट्टी कुछ दिनों तक दिन में २-३ बार ४५-४५ मिनट तक बाँधने से लाभ हो जाता है।

डिप्थीरिया व गलसुआ

बच्चों के ये दोनों रोग बड़े भयानक और कष्ट-

दायक होते हैं। डिप्थीरिया में तो बच्चे शायद ही बचते हैं। पर इन रोगों में भी मामूली मिट्टी अपना कमाल दिखाती है। इन रोगों में गले और गाल पर गीली मिट्टी की उष्णकर पट्टी दिन में ३-४ बार बदल-बदल कर बाँधनी चाहिए।

कमर से नीचे के अंगों का लकवा

इस रोग में कमर के नीचे के अंग बेकार हो जाते हैं और रोगी चल फिर नहीं सकता। यह रोग प्रायः ही असाध्य समझा जाता है। पर प्राकृतिक चिकित्सा के अन्य उपचारों के साथ रोगी को रोज बालू मिली मिट्टी में गड्ढ़ा खोदकर १ घण्टा तक गाड़ रखने से काफी लाभ होता है।

——:०:——